

# Die Scanner-Persönlichkeit

---

„Du musst dich nicht entscheiden, wenn du tausend Träume hast.“  
– Barbara Sher

## DARUM GEHT ES



Möchtest du auch lieber die Vielfalt, anstatt eine Spezialisierung? Die „Scanner-Persönlichkeit“ wurde bekannt durch die amerikanische Unternehmerin und Karriereberaterin Barbara Sher, die sich schon seit mehreren Jahren mit vielbegabten Menschen und ihren positiven Eigenschaften, sowie Problemen beschäftigt. Besonders kennzeichnend für Scanner-Persönlichkeiten ist die Abwechslung. Sie lieben das Sich-Hineinstürzen, Durchleben und Wieder-Loslassen und haben oft mehrere Interessen, Hobbys, Vorlieben, Leidenschaften und berufliche Ideen. Gegensätzlich zu den „Tauchern“ wollen sie nicht nur in einer Sache ihre größte Begabung finden. Aufgrund dieser Vielfalt fällt ihnen oft auch die Entscheidungen im Bereich der Berufswahl ausgesprochen schwer. Im Folgenden findest du daher einige Tipps und Tricks, damit du als Scanner-Persönlichkeit dein volles Potenzial – persönlich wie beruflich – entfalten kannst.

---

## AUFGABE

Prüfe zuerst, ob du eine Scanner-Persönlichkeit hast. Falls ja, dann bearbeite die Reflexionsfragen im Folgenden, um deine Zeit so zu planen, dass du möglichst viele deiner Interessen auch wirklich leben kannst. Im Anschluss erhältst du noch einige Tipps an die Hand, worauf du bei deiner Berufswahl achten kannst.

**Schritt 1****BIN ICH EINE SCANNER-PERSÖNLICHKEIT?**

Falls du noch nicht genau weißt, ob du eine Scanner-Persönlichkeit hast, dann kannst du den folgenden Test machen. Kreuze diejenigen Aussagen an, die auf dich zutreffen.

**Bin ich eine Scanner-Persönlichkeit?**

- Ich habe immer Lust, ganz viel Neues auszuprobieren (auch wenn ich dabei scheitern könnte).
- Meine Interessen gehen weniger in die Tiefe, dafür mehr in die Breite.
- Mir wird nie langweilig, denn ich habe immer noch 100 weitere Ideen, was ich umsetzen könnte.
- Wenn ich für etwas brenne, dann eigne ich mir Wissen schnell an. Ich verliere das Interesse daran aber teilweise auch wieder schnell.
- Ich brauche Abwechslung in meinem Alltag. Ich hätte keine Lust, mich die ganze nächste Zeit mit nur einem Thema oder einer Tätigkeit auseinanderzusetzen.
- Manchmal bringe ich die Dinge nicht zu Ende. Es geht mir eher darum, meinem Wissensdrang und meinen Interessen nachzugehen, anstatt Projekte immer konsequent abzuschließen.
- Eine zu enge Spezialisierung scheint mir auf Dauer langweilig zu sein.
- Ich hatte bereits als Kind eine unfassbar große Neugier und vielseitige Interessen.
- Ich vermeide es, klare Entscheidungen zu treffen und diese dann auch durchzuhalten.
- Ich kann andere Menschen für meine Interessen begeistern. Menschen, die nicht so vielseitig interessiert und begeisterungsfähig sind, empfinde ich als langweilig.

	<b>Gesamtzahl der Kreuze</b>
--	------------------------------

Je mehr Kreuze du gesetzt hast, desto wahrscheinlicher ist es, dass du eine tendenziell leicht bis stark ausgeprägte Scanner-Persönlichkeit hast. Wenn du dir noch unsicher bist, dann lies dir die allgemeinen Problematiken und Schwierigkeiten der Vielbegabten durch und überlege, inwiefern du dich darin wiederfindest.



Solltest du dich als „Scanner“ einschätzen, dann bearbeite das Arbeitsblatt weiterhin, um Tipps und Tricks für die Entfaltung deines Potenzials an die Hand zu bekommen.



## PROBLEMATIKEN

---

Während die Scanner-Persönlichkeit einerseits wirklich tolle Qualitäten mitbringt, wird sie andererseits leider trotzdem mit Herausforderungen und anderen Erwartungen konfrontiert. Aufgrund des stetigen Verlangen nach Abwechslung wirft man den Scanner-Persönlichkeiten oftmals Unbeständigkeit und Unentschlossenheit vor. Denn in der Gesellschaft herrschen Erwartungen darüber, dass die Dinge auch bis zum Schluss durchgezogen werden müssen.

Des Weiteren wird Scannern oft vorgeworfen, dass sie einmal angefangene und wieder frühzeitig abgebrochene Projekte nicht wirklich verinnerlicht und verstanden haben. Dabei können Scanner diese Themen durchaus gründlich studiert und auch verstanden haben, sie möchte sich nur nicht noch die nächsten zwei Jahre damit beschäftigen.

Ein weiteres Problem kann das Selbstbild der Scanner hervorbringen, da diese sich aufgrund ihrer vielseitigen Interessen nie wirklich richtig gut in einem dieser Bereiche fühlen. Schließlich können Scanner ihren eigenen Beitrag nicht immer schätzen lernen, weil sie glauben, dies könne ja nicht von großem Mehrwert gewesen sein. Doch oftmals ist gerade ihre Perspektive gebraucht und auch wertvoll – gerade weil sie bestimmte Themen nicht in der Tiefe studiert, sondern nur „gescannt“ haben.

## WAS SOLL ICH TUN?

---

Falls du dir nun bereits sehr sicher darüber bist, dass du eher eine Scanner-Persönlichkeit anstelle einer Taucher-Persönlichkeit hast, dann stellt sich nun die Frage: Wie kannst du diese Information jetzt bestmöglich nutzen und was kannst du als Scanner-Persönlichkeit am besten tun?

### TIPP 1 – AKZEPTIERE DICH ♡

---

Akzeptiere dich so, wie du bist. Beschränke dich nicht, sondern gehe deinen vielfältigen Interessen und Vorlieben nach. Sieh dieses Persönlichkeitsmerkmal als das Geschenk, was es ist. Durch deine Art, die Welt zu erkunden erhältst du nämlich einen ganz besonderen und wertvollen Zugang zu den Dingen.

### TIPP 2 – ÜBE DICH IM ZEITMANAGEMENT 🕒

---

Gerade weil du so viele Interessen und Projektideen hast, ist es nicht unüblich, wenn Zeitmanagement nicht zu deinen größten Stärken gehört. Denn natürlich kann es bei all den Ideen schwierig sein, den Fokus zu behalten und das Wichtige nicht aus den Augen zu verlieren. Was dir dann auf jeden Fall helfen kann ist **1.** ein Kalender und **2.** die folgende Aufgabe.

## Schritt 2

### DEINE 10 LEBEN

Wenn wir lernen wollen, unsere Zeit besser zu nutzen, dann kommen wir um einen wichtigen Schritt nicht herum: Planung. Und um deinen Monat, deine Woche, deinen Alltag besser zu planen, musst du in erster Linie erstmal selbst wissen, was du eigentlich noch machen, umsetzen oder erreichen willst. Da du von Natur aus „scannst“, fallen dir bestimmt schon einige Dinge ein, die du gerne noch erfahren und leben würdest.

Stelle dir also einmal vor, du könntest dir frei aussuchen, in welche *anderen* Leben du noch einmal reinschnuppern könntest. Welche Leben würdest du dann wählen? Was möchtest du unbedingt noch einmal erfahren in deinem Leben? Wer wärst du, wenn du gleichzeitig 10 Personen sein könntest? Schreibe alle deine Ideen auf.

Beispiele:

- Musiker:in, erfolgreiche:r Unternehmer:in, Vater/Mutter, Schriftsteller:in, Reisende:r, Abenteurer:in, Sportler:in, Dolmetscher:in, Ehrenamtliche:r, Expert:in in einem Bereich


## Schritt 3

### DIE PLANUNG

Optimistisch betrachtet kann man davon ausgehen, dass du in deinem Leben die Möglichkeit haben wirst, in alle diese „Rollen“ einmal zu schlüpfen.

Nun besteht die Frage der Umsetzung. Wie kannst du deine Zeit so einteilen, dass du den Dingen nachgehen kannst, die dich auch wirklich interessieren?

Es geht hierbei vor allem darum, dass du lernst, deine Interessen zu priorisieren und sie in deinen Alltag so einzuplanen, dass *so viele wie du möchtest* darin Platz finden können.

!!

Wenn du *auf ein Ziel hinarbeitest*, bspw. richtig gute:r Klavierspieler:in zu werden, dann *frage dich*, welche Zeitblöcke deiner Woche für diese Aktivität geblockt werden können.

Stelle dir hierzu die folgenden Fragen.

Die Scanner-Persönlichkeit

Wenn du dich entscheiden müsstest – welches Leben würdest du am liebsten im kommenden Jahr leben? Welches Leben hat gerade die oberste Priorität?

---

Was für Voraussetzungen und Bedingungen müssen erfüllt sein, damit du dieses Leben bald leben kannst?

---

Wann kannst du dir Zeit nehmen, um diesen Lebensbereich näher zu erkunden und dort das zu leben, was dich interessiert?

---

Wiederhole die obigen Fragen für die Leben mit deiner zweit- und dritthöchsten Priorität.  
Lasse deine Erkenntnisse direkt in deine Monats- bzw. Tagesplanung mit einfließen.



Welches Leben kannst du erst leben, wenn eins der anderen Leben erfüllt ist?

---

Welche Aktivitäten kannst du in 20 Minuten pro Tag leben? Wofür reichen 20 Minuten pro Tag auf kontinuierlicher Basis?

---

Was möchtest du davon lieber regelmäßig am Wochenende machen?

---

Was kannst du auch nur ab und zu machen – ohne Kontinuität?

---

Wenn du deinen Alltag auf Grundlage der obigen Fragen nun genauer strukturierst, denke auch daran, dass es auch ein 'Nacheinander' neben einem 'Währenddessen' geben kann. Das heißt, du musst nicht alle deine Interessen im nächsten Jahr unterbringen, wenn das einfach nicht geht. Du kannst dir auch vornehmen, bestimmten Tätigkeiten erst in ein oder zwei Jahren nachzugehen. Mache dir bewusst: Du hast GENUG Zeit! :)



## TIPPS FÜR DEINE BERUFSWAHL

Gerade für Scanner-Persönlichkeiten kann es schwer sein, sich erstmal für einen beruflichen Weg zu entscheiden und damit alle anderen Alternativen auszuschließen. Folgende Tipps können dir dennoch dabei helfen.

### **TIPP 1 – BLEIBE OFFEN**

Auch wenn die erste Entscheidung bezüglich deiner Berufswahl dir unfassbar groß und wichtig erscheint – erinnere dich daran, dass du vor allem in jungen Jahren in fast allen Fällen nochmal die Möglichkeit hast, dich umzuentcheiden. Nimm dich daher selbst nicht so ernst und halte dir die Möglichkeit offen, nochmal neu zu wählen – auch ohne Drama oder Gewissensbisse. So bleibst du offen für die neuen Möglichkeiten, die sich dir auf deinem Weg ergeben.

### **TIPP 2 – VERBINDE DEINE INTERESSEN**

Es gibt so viele Möglichkeiten, wie wir unsere Interessen verbinden können. Es gibt beispielsweise mittlerweile viele generalistische Studiengänge, in denen du in viele Themenbereiche Einblick erhältst, vieles ausprobieren kannst und dich nicht im voraus auf einen Beruf festlegen musst. Halte also nach Alternativen Ausschau, in denen du einige deiner Lieblingsthemen verbinden kannst.

### **TIPP 3 – GESTALTE DEINE FREIZEIT NEU**

Mache dir zudem bewusst, dass du nicht alle deine Interessen beruflich einbringen musst und solltest. Interessen können sich schnell ändern. Daher sollte der Fokus mit Blick auf deine Berufswahl vor allem auch auf deinen Stärken liegen. Zudem kannst du deine Freizeit ja auch mit deinen übrigen Interessen füllen und kreativ gestalten.

**TIPP 4 – LEBE KREATIVITÄT**

Halte als Scanner-Persönlichkeit vor allem Ausschau nach kreativen Tätigkeiten oder Jobs. Kreativität gibt uns die Möglichkeit, dass wir uns immer wieder selbst erfinden oder ausdrücken können. Sowohl in deiner Freizeit, als auch beruflich gesehen, kann Kreativität daher ein Schlüssel für die Erfüllung deines Bedürfnisses nach Abwechslung sein.

**TIPP 5 – ZIEHE BERATENDE TÄTIGKEITEN IN BETRACHT**

Wer als Berater:in, Lehrende oder bspw. Coach tätig ist, erfährt automatisch viel Abwechslung, da sich immer wieder mit verschiedenen Menschen, Problemen, Sachverhalten oder Inhalten auseinandergesetzt werden muss. Überlege für dich, ob das eine Option für dich darstellen könnte.

**Dein nächster Schritt**

Je mehr wir uns vornehmen und in unser Leben einbringen wollen, desto wichtiger wird dabei auch unsere Planung. Reflektiere mithilfe der obigen Fragen deswegen regelmäßig, was für dich gerade Priorität hat und wie du diese Sache in deinem Alltag unterbringen kannst. Verschaffe dir also erstmal Klarheit darüber, was du wirklich leben möchtest. Und dann plane danach.

*„You don't need endless time or perfect conditions.  
Do it now. Do it today. Do it for twenty minutes  
and watch your heart start beating.“*

*– Barbara Sher*